

Wellness Center Information

Club La Santa er stolte over at kunne byde dig velkommen i vores Wellness Center. Her kan du genopbygge krop og sjæl i en smuk og rolig atmosfære. Det kan være den perfekte måde at opfriske og forberede dig til dagens aktiviteter, eller en måde at slappe af og komme til kræfter efter en lang og aktiv dag på Club La Santa.

Regler og rådgivning

- Vi vil gerne bevare en rolig og afslappet atmosfære i spaen, så respektér venligst en stille og behagelig tone.
- For at sikre en afslappende oplevelse har børn fra 5-12 år kun adgang til spaen på familiedage. Unge i alderen 12-18 år er velkomne i følge med en voksen (max. 3 børn per voksen).
- Spaen har kapacitet til 30 personer. Respektér venligst, hvis receptionisten beder dig om at komme tilbage på et senere tidspunkt.
- Vær venligst opmærksom på, at vi ikke kan modtage større grupper, men at max. 10 personer fra samme gruppe til hver en tid kan besøge spaen, således der gives plads til andre gæster.
- At springe i poolen, være højroset, alkoholindtagelse, rygning, mobiltelefoner, kameraer og smykker er forbudt. Hvis ovenstående regler ikke overholdes, vil du blive bedt om at forlade spaen.
- Benyt venligst skabene i omklædningsrummene. Club La Santa kan ikke holdes ansvarlig for tab eller tyveri af værdigenstande.
- Du skal kun medbringe badetøj. Drikkevand, håndklæde, shampoo og shower gel er til rådighed i spaen.

Det påkræves at du

- Tager et brusebad i omklædningsrummet før du bruger faciliteterne.
- Har badetøj på i spaen, da det ikke er tilladt at være nøgen.
- Har de udleverede sandaler på. Det er ikke tilladt at bruge egne sandaler inde i spaen.

Enhver, der ikke følger overstående regler, vil blive bedt om at forlade spaen.

Kontakt

Har du spørgsmål, eller ønsker du at booke en behandling, så besøg os gerne i Wellness Centeret eller kontakt os på lokalnr. 4460.

Åbningstider: 09:00-20:00

Priser

Der er ikke behov for at bestille på forhånd.

Indgang mellem 09:00-15:00 **9€**

Indgang mellem 15:00-20:00 **13€**

Forholdsregler og forsigtighed

Graviditet, diabetes, hjerte- og kredsløbsproblemer, forhøjet eller for lavt blodtryk. Konsultér venligst en læge før adgang til spaen, hvis du er i tvivl.

For sportsfolk

Brugen af skiftevis kolde og varme bade er en stadig mere og mere populær restitueringsmetode. Mængden af mælkesyre falder hurtigere til hvileniveau ved denne metode end ved aktiv eller passiv restitution. Musklerne føles lettere og mindre stramme og ømme. Råd om den mest effektive måde at bruge kontrastbadene på: 3-4 min. i varmt vand (30-40°C), derefter 30-60 sek. i koldt vand (10-12°C). Gentag mindst tre gange.

Booking og aflysning

Booking og betaling foregår i Wellness Centerets reception. Betaling foregår ved booking af din behandling. Aflysning eller ændringer skal ske mindst tre timer før behandlingen, for at det fulde beløb kan refunderes. Ved aflysning mindre end tre timer før eller ved udeblivelse forbeholder Wellness Centeret sig retten til at tilbageholde det fulde beløb for behandlingen.

Forkæl en du kender med et gavekort, som kan bruges til spaen samt vores behandlinger og produkter. Gavekortene er tilgængelige fra Receptionen i Wellness Centeret.

Spa-adgang

3x spa-adgang på en uge 26€

Speciel sommer tilbud: 1 uges ubegrænset

Spa adgang – 35 €

* Adgang til spaen er kun gyldig til den samme person.

Familiedag (Ons): 10:00-13:00 (Børn 5-12 år i følge med voksne. 3 børn per voksen)

SAUNAGUS – book i Wellness Centeret (også egnet til grupper)

www.clublasanta.dk



WELLNESS

renew your energy



Speciel
sommer tilbud

35€

1 uges ubegrænset
Spa adgang

Forkæl dig selv i den behagelige atmosfære i Wellness Centeret

Fysio- og sportsterapi
Sports- og afslapningsmassage
Ansigts- og
skønhedsbehandlinger

Prøv vores spa med:
hydroterapeutiske bade, jacuzzi,
koldt vandsbassin, saunaer og
dampbad, SAUNAGUS

BIO behandling
Bambusrør massage
Vinterapeutisk kropsbehandling

Club
La Santa

Fysioterapi & Sportsterapi

Oplev en af vores erfarne terapeuter der kan hjælpe dig med at forebygge eller behandle skader, problemer med kropsholdning eller råd om udstrækning og rehabilitering. Ultralyd og laserudstyr er mulige behandlingsmetoder.

Vurdering, diagnose og behandling 50 min. **62€**

Vurdering, diagnose og behandling 25 min. **38€**

Fysioterapiprogram 3 sessions **124,20€**

3 konsultationer i løbet af en uge. Vurdering og diagnose (1. konsultation 25 min), Manuel terapi (2. konsultation 25 min): Med et individuelt træningsprogram, hvor terapeuten hjælper dig gennem øvelserne i fitnesscentret (3. konsultation 45min)

Massage (min 15 år)

Sportsmassage 25 min./50 min. **33€/57€**

Dyb vævsmassage til generel muskeltræthed eller ømhed som følge af træning.

Aromaterapi Relax 25 min./50 min. **33€/57€**

Afslappende massage ved hjælp af æterisk olie, der lindrer stress og fysisk, mental og følelsesmæssig spænding.

Hoved-, nakke- og skuldermassage 25 min. **33€**

Afslappende massage, der fokuserer på din øvre ryg målrettet alle de steder, du er mest spændt. Også nyttigt for dem, der lider af kroniske nakkesmerter og sinusproblem.

Manuel lymfedræning 40 min./70 min. **57€/72€**

Rytmiske og bløde bevægelser bruges for at stimulere lymfesystemet. Forøger cirkulationen og eliminerer væskeretention. Fremragende til ødem / hævelse og post-kirurgiske problemer på grund af væskeretention.

Aloe Vera Massage 50 min. **57€**

Ideel til hud udsat for sol. Denne afslappende massage bruger Aloe Vera-plantens egenskaber til at hydrere og nære huden, samtidig med at den naturlige helingsproces giver en sund glød.

Massage til børn 25 min. **33€**

Beroligende, blid kropsmassage med Aloe Vera eller mandelolie - en vidunderlig måde at hjælpe dine børn med at slappe af på.

Skønhedspleje

Voks

Ben-fuld voks **35€** **Ryg** **25€**

Ben-halv voks **25€** **Øjenbrynfarve** **15€**

Armhuler **10€** **Øjenvippefarve** **15€**

Bikinilinie **20€** **Øjenbryn form** **10€**

Manicure

Neglelak ca. 10 min. **10€**

Manicure med neglelak ca. 35 min. **30€**

Luksusmanicure ca. 55 min. **49€**

Mobilisering under varmt vand 40 min. **39€**

Konsultation i varmt vand: Aktiv og passiv bevægelse under vandet, der blødgør både muskler og sener. Fremragende til rehabilitering efter operation, sportsskader og frossen skulder.

Fysiopakke 3 konsultationer 25 min. **102,60€**

Shiatsu 55 min. **69€**

Japansk fingertrykmassage. Balancerer strømmen af energi ved hjælp af traditionel kinesisk medicin. Reducerer stress, hjælper rygsmerter og hovedpine samt beroliger nervesystemet. Venligst kom i behageligt tøj i form af en langærmet bluse og lange bukser.

Zoneterapi 45 min. **59€**

Ved at anvende tryk på reflekspunkterne på fødderne, som er forbundet med forskellige områder på hele roppen, vil du opnå en intensiv afslapning af krop og sjæl.

Hot Stone Massage 70 min. **75€**

En blød massage, hvor terapeuten bruger glatte vulkanske sten som en forlængelse af egne hænder. Den beroligende effekt fremmer dyb afslapning.

Bamboo rør Massage 50 min. **60€**

Denne behagelige tryk- og lette perkussionsteknik med bambusrør er en unik, ny måde at få muskler til at slappe af på, frigøre stress og anspændthed samt øge ilttilførslen i dit væv.

Pedicure

Neglelak ca. 10 min. **10€**

Pedicure med neglelak ca. 40 min. **35€**

Luksuspedicure ca. 55 min. **49€**

Sportspedicure ca. 50 min. **49€**

Kombination af hænder og fødder ca. 80 min. **89€**

Ritualer fra Lanzarote

En kombination af sundhed, afslapning og skønhed fra Lanzarote i vores ansigts- og kropsbehandlinger. Vi bruger kvalitetsprodukter fra Lanzarote og BIO kosmetik fra Dulkamara.

Vinterapi kropsbehandling 70 min. **76€**

En særlig behandling, der bruger de terapeutiske egenskaber fra "gudernes nektar". Denne afslappende behandling stimulerer blodcirkulationen og afgifter ansigtets og kroppens hud ved hjælp af druesaft og druefrøolie for at udglatte huden og bekæmpe frie radikaler. Du er velkommen til at nyde et glas vin på El Lago efter din behandling.

Aloe Vera kropsbehandling 70 min. **75€**

Forkæl hele din krop med Aloe Vera. Aloe Vera har essentielle helbredende egenskaber foruden at være et effektivt og fantastisk kosmetisk produkt. Det er en ansigts- og kropsbehandling, som genopfrisker og beroliger huden efter solskoldning.

BIO Bamboo kropsbehandling 80 min. **BIO** **89€**

Et andet koncept, der tager sig af huden med de vigtigste økologiske og aktive produkter som silica- og oligoelementer, der er i hudens naturlige sammensætning.

Dette er en komplet krops- og ansigts-detox: Kombinationen af fyto-ingredienser hjælper med at eliminere giftstoffer og overskydende vand, giver din hud blødhed og udstråling samt beroliger både krop og sind – en sensorisk og foryngende nydelse.

Ansigtsbehandling

En ordentlig hudpleje er vigtig for alle aldre og alle slags hudtyper. Derfor tilbyder vi en bred vifte af behandlinger tilpasset hver enkelt persons behov. Du kan være sikker på en specialiseret skønhedsterapeut ved den ansigtsbehandling, du vælger, med produkter af høj kvalitet:

Phytomer Baseret på marineprodukter, en pioner inden for marinebioteknologi, som er mere effektiv, mere sensorisk og miljøvenlig engageret.

Dulkamara BIO kosmetik baseret på bambusekstrakter, 100% økologisk mærke, der respekterer miljøet såvel som dit helbred.

Mini ansigtsbehandling 25 min. **35€** **Dulzura Marina behandling** 55 min. **59€**

En hurtig og dybdegående behandling der virker fugtgivende for ansigtet.

Bambusløft af Dulkamara 25 min. **BIO** **49€** **Ungdomspioner behandling** 55 min. **65€**

BIO-løft med en hurtig og varig effekt.

BIO Active af Dulkamara 55 min. **BIO** **82€** **Moden hud.** En ungdommelig behandling, der giver maksimal anti-aging resultater.

Øjenperfektionsbehandling 25 min. **30€**

Øjenkontur En udstrålende behandling med udglatning af øjenkonturen.

Ansigtspleje til mænd 55 min. **59€**

Behandling baseret på mænds hudbehov.

Hydra Blue behandling 55 min. **59€**

Tør / kombinationshud. Et fugtgivende bad til huden med en dyb rensning.